

به نام خدا

تکنیک‌های یادگیری

سریع و آسان

دکتر آرام

تجسم خلاق

سرشناسه : هاشمی، جمشید، ۱۳۴۹ -
 عنوان و نام پدیدآور : تکنیک‌های یادگیری سریع و آسان/ جمشید هاشمی (آرام).
 مشخصات نشر : تهران: تجسم خلاق، ۱۳۹۱.
 مشخصات ظاهری : ۱۳۲ص.: مصور، جدول؛ ۲۹×۲۲ سم.+ ده لوح فشرده.
 شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۸۵۶۱-۹۶-۸ ۵۰۰۰۰ ریال
 وضعیت فهرست : فیبا
 نویسی :
 موضوع : مطالعه و فراگیری
 رده بندی کنگره : ۱۳۹۱۱۰۴۹LB ۸ت۲۵ه/
 رده بندی دیویی : ۳۰۲۸۱/۲۷۱
 شماره : ۲۷۶۱۵۳۴
 کتابشناسی ملی :

مرکز پخش تجسم خلاق

و ارتباط با مولف

۸۸۳۰۲۵۲۳

شما می توانید از طریق سایت تجسم خلاق یا ارتباط مستقیم با مرکز تجسم خلاق نظرات و پیشنهاد های خود را در زمینه کتاب یا مرکز یا ما در میان بگذارید. منتظر شما هستیم.

Aramgroup.ir

Arambook.ir

Aram۲۴.ir

نام اثر: تکنیک های یادگیری سریع و آسان

جمشید هاشمی (آرام)

ناشر: تجسم خلاق

نوبت : اول

سال چاپ : ۱۳۹۲

طراح جلد: کیان ملائکه

تیراژ: ۱۰۰۰

قیمت : ۱۰۰۰۰ تومان

قیمت همراه با ده لوح فشرده ۵۰۰۰۰۰ تومان

فهرست آثار نویسنده

۱. انرژی درمانی مقدماتی
۲. انرژی درمانی پیشرفته
۳. روان درمانی پرانایی
۴. کریستال درمانی
۵. محصل ممتاز
۶. کندالینی و چاکراها
۷. بدن جادویی
۸. هیپنوتیزم کاربردی
۹. پرانا
۱۰. یادگیری خلاق
۱۱. حرکات انرژی‌زا
۱۲. مغناطیس درمانی
۱۳. هنر شفای مغناطیسی
۱۴. هیپنوتیزم پیشرفته
۱۵. دستبندهای مغناطیسی
۱۶. راز
۱۷. ۲۵ را طبیعی برای درمان سردرد
۱۸. مراقبه درمانی
۱۹. نسخه‌های شفابخش گیاهی
۲۰. چه کسی پنیر مرا جابجا کرد
۲۱. قانون جذب
۲۲. قدرت اعجاز انگیز اهرام
۲۳. غذای روح
۲۴. دستبندهای مغناطیسی
۲۵. رهایی از کمر درد
۲۶. مهارت‌های کاربردی زندگی
۲۷. قدرت
۲۸. موسیقی درمانی
۲۹. راهنمایی کامل درمانهای طبیعی
۳۰. تاثیر مغناطیس بر درمان بیماریها
۳۱. قانون طلایی جذب
۳۲. نسخه‌های شفابخش گیاهی

مجموعه سی دی ها

۱. دوره تجسم خلاق ۶۰ سی دی
۲. دوره خود هیپنوتیزمی فوری ۳۵ سی دی
۳. دوره آرامش ۱۰ سی دی
۴. یادگیری سریع و آسان (همین مجموعه) ۱۰ سی دی

فهرست

۷	پیشگفتار.....
۹	مقدمه:.....
۱۱	یادگیری عجب کار شگفت انگیزی است.....
۱۲	مدیریت زمان:.....
۱۴	از یک تا شش بشمارید.....
۱۶	مدت زمان یادگیری مغز - زنگ تفریح.....
۱۷	گرد کردن زمان:.....
۱۸	کیفیت کار نه کمیت کار.....
۱۹	روش مطالعه.....
۲۰	مرور سریع مطالب خوانده شده.....
۲۱	تند خوانی:.....
۲۱	تند خوانی روشی برای تمرکز و درک بهتر مطالب:.....
۲۳	زمان و محل مناسب مطالعه.....
۲۵	خود باوری: هدایت کننده انرژی فردی:.....
۲۸	جاه طلبی خود را سر و سامان دهید.....
۲۹	آواز خواندن و ایروبیک راهی برای تخلیه شدن.....
۳۰	شگردهای یادگیری موثر.....
۳۲	عقل سالم در بدن سالم است.....
۳۳	کار نیکو کردن از پر کردن است.....
۳۴	تعیین هدف.....
۳۵	نشستن و مطالعه.....
۴۳	نقش تلویزیون و فیلم ها.....
۴۵	فشار روانی خود را کنترل کنید:.....
۴۶	شروع کار.....
۴۸	قانون طبیعت.....
۴۹	مطالعه گروهی.....

۵۰	سحر خیز باشید.....
۵۱	نقش ترانه در یادگیری.....
۵۲	تکنیک خزیدن ضربدری:.....
۵۳	مراحل تکنیک خزیدن ضربدری:.....
۵۴	هماهنگی نیمکره راست و چپ مغز:.....
۵۶	چگونه به خودتان تلقین کنید:.....
۵۹	با از بین بردن استرس یادگیریتان را افزایش دهید:.....
۶۱	تنفس دیافراگمی.....
۶۳	سناریو آرامش - مدیریت استرس.....
۶۷	تمرین تقویت مغزی.....
۶۹	کیمیاگری مغزی (تمرین تقویت مغزی).....
۶۹	مراکز انرژی همچون مبدل‌های انرژی.....
۷۶	رهایی از استرس.....
۷۷	اعجاز آدمک مغزی.....
۸۱	سناریو آدمک مغزی.....
۸۵	موفقیت.....
۹۰	سناریو موفقیت.....
۹۳	آلفای ذهنی.....
۱۰۱	استفاده از تلقین دریادگیری.....
۱۰۵	روش‌های یادگیری.....
۱۰۹	اعتماد به نفس و یادگیری.....
۱۱۴	سناریو اعتماد به نفس و یادگیری.....
۱۱۹	چه بخوریم تا هوشیارتر باشیم.....
۱۲۵	تأثیر موسیقی بر روی رشد فکری و خلاقیت.....
۱۳۱	تأثیر مغناطیس بر یادگیری و تمرکز فکر.....
۱۳۵	خلاصه.....

پیشگفتار

در مراکز مختلف آموزشی به ما مطالب زیادی را آموزش می‌دهند. همه آنها می‌خواهند مطالب و داده‌های آنها را بیاموزیم. همه سعی می‌کنند مطلب بیشتری به ما یاد بدهند و آنها از اینکه این همه مطلب به ما آموخته‌اند به خودشان می‌بالند. زمانی که وارد اجتماع می‌شویم یادگیری هنوز ادامه دارد. شاید بخواهیم شماره تلفنی را حفظ کنیم یا اینکه روش کار کردن دستگاهی را یاد بگیریم. کمی که به سنین بالاتر نزدیک می‌شویم استفاده از حافظه و یادگیری بیشتر نمایان می‌شود و ممکن است در اثر استفاده نکردن از مغز دچار مشکلات فیزیکی و ناراحتی‌هایی همانند فراموشی بشویم.

از وقتی خود را شناخته ایم همه به ما می‌گویند که باید بیاموزیم اما هیچکدام از آنها به ما نمی‌گویند که چگونه باید بیاموزیم؟! چگونه آموختن یک روش و فن است. بیشتر افراد با آزمون خطا به این روش‌ها دست یافته‌اند. برخی دیگر یک روش مخصوص به خود را دارند. به هر حال همه ما در تمام شرایط مشغول یادگرفتن هستیم. اما چگونه آموختن هنوز سؤالی است که باید بتوانیم به آن بپردازیم. سؤالهای زیادی در زمینه یادگیری وجود دارد که باید برای آنها جوابی داشته باشیم و مهمتر از همه این جواب‌ها قابل قبول و انجام باشند. شاید مهمترین موضوع در مورد یادگیری این است که این همه اطلاعات به چه دردی می‌خورد؟ چگونه من می‌توانم از آنها استفاده کنم و یا اینکه اگر دانشگاه رفتم آینده خود را تضمین کرده‌ام یا نه؟ یا اینکه بعد از فارغ التحصیلی تازه باید دنبال کاری بگردم که هم از نظر اجتماعی و هم از نظر اقتصادی جوابگوی انتظارات من باشد. همه این‌ها سؤالاتی است که در موقع مطالعه در ذهن ما ممکن است پدید آید.

از آنجایی که در کتاب های یادگیری بیشتر در مورد مزایای یادگیری صحبت می‌شود و جای تکنیک‌های کاربردی خالی است، این کتاب به جای فلسفه یادگیری و مزایای آن به نحوه یادگیری و ارائه تکنیک‌های یادگیری پرداخته است. مدیریت زمان جهت یادگیری و آمادگی شرایط ذهنی از مسائل مهم کتاب می‌باشد. شما به عنوان فردی که باید مطالعه بخشی از زندگی شما باشد باید بدانید مغز در چه حالتی بیشترین کارایی را دارد و اگر با خصوصیت‌های مغز آشنا نباشید در اکثر مواقع متوجه می‌شوید که در حال تلف کردن وقت تان هستید و مطالعه‌تان هیچ گونه راندمانی در پی نخواهد داشت.

برخی افراد احساس می‌کنند مطالعه کاری طاقت فرساست. اگر این گونه افراد روش و تکنیک‌های مطالعه را بیاموزند متوجه می‌شوند که یادگیری و مطالعه بسیار لذت بخش و مفید است.

به همین دلیل تصمیم گرفتم کتابی در مورد یادگیری به رشته تحریر درآورم که بتواند جوابگوی سوالات زیادی باشد. این کتاب تکنیک است و به شما می‌گوید که آیا شما باید مطالعه کنید یا نه؟

از همین الان باید به شما بگویم: مطالعه کنید، درس بخوانید و حتی چند برابر قبل این کار را انجام دهید و این گونه است که ذهن و مغز شما فعال نگه داشته می‌شود و اگر شما برای امتحان درس

بخوانید یا اینکه بخواهید در جمعی سخنرانی کنید یا اینکه شغل آینده خود را پیدا کنید از تکنیک های این کتاب می توانید استفاده کنید. تکنیک های ارائه شده در کتاب بسیار قوی و نیرومند و جوابگو هستند و هر کدام از آنها شاید به تنهایی بتواند بسیاری از مشکلات و نقصان های یادگیری و حافظه را برطرف نماید. برخی از روش ها از تکنیک های ذهنی برای استفاده بهتر از مغز طراحی شده اند و برخی از تکنیک ها بر روی فیزیک مغز تأثیر می گذارد و مغز را در حالت پذیرش و یادگیری بیشتر قرار می دهد. این گونه تکنیک ها به صورت سخت افزار کیفیت و کارایی مغز را بالا می برند.

از آنجایی که می خواهیم همه افراد از این تکنیک ها استفاده کنند، سعی کردیم تکنیک ها را به صورت ساده بیان کنیم تا همه افراد در هر قشری بتوانند از آن استفاده کنند. اگر سؤالی در مورد تکنیک ها یا فلسفه انجام آنها داشته باشید می توانید با ناشر تماس بگیرید.

این کتاب دارای ۱۰ لوح فشرده می باشد که تکنیک های قرار داده شده در لوح های فشرده شامل تکنیک های آورده شده در کتاب می باشد که به صورت کاربردی و عملی می توانید از کتاب بهترین استفاده و بهره را ببرید.

مقدمه:

انسان همیشه در حال یادگیری است، هوش موهبتی است که خداوند در اختیار ما قرار داده است. ما به کمک مغز می‌توانیم از جهان اطراف خود درک واضحی داشته باشیم. برای موفقیت در زندگی روزمره و آتی خود لازم است که تحصیلات عالی داشته باشیم. یادگیری مطالب درسی نیاز به مهارت‌های یادگیری دارد. مهارت‌های یادگیری قبلاً به صورت یک راز در اختیار افراد خاصی قرار گرفته بود و همه از آنها بهره نمی‌بردند. حال ما می‌خواهیم این اسرار را در اختیار علاقمندان قرار دهیم، تا همه بتوانند از این مهارت‌ها بهره ببرند. تکنیک‌های ارائه شده در این کتاب تنها روش برای یادگیری شما برای موفقیت در امتحانات نیست، بلکه روش‌های ارائه شده در کتاب، روش‌هایی است برای موفقیت شما در تحصیل و عداً البته در زندگی. برای استفاده از این کتاب نیازی نیست که شما دانش آموز یا دانشجو باشید. بلکه لازم است که شما جوینده باشید و بخواهید از توانایی‌های مغزتان بهتر استفاده کنید.

به شما تبریک می‌گویم که تصمیم گرفته‌اید از مغزتان استفاده بهتر کنید.

همه ما همیشه می‌خواهیم از بهترین‌ها استفاده کنیم ولی راهی را نمی‌شناسیم و معمولاً همان کار قبلی را انجام می‌دهیم. تکنیک‌های ارائه شده در این کتاب خلاقیت شما را افزایش می‌دهد. بنابراین نه تنها یادگیری شما متحول می‌گردد بلکه هوش هیجانی شما و روابط عمومی شما نیز بهتر خواهد شد. کسانی که قبلاً از این تکنیک‌ها استفاده کرده‌اند برای ما نامه می‌نویسند، ایمیل می‌زنند، تلفن می‌زنند یا حضوری به مرکز می‌آیند و از اثرات شگفت‌انگیز تکنیک‌های ارائه شده در آن برایمان می‌گویند.

هدف ما موفقیت دوستان و هموطنانمان در تمام شرایط زندگی است. شرایطی که خود انتخاب می‌کنند خود کمکی کرده باشیم و بهترین کاری که ما می‌توانیم به شما بکنیم این است که کمک کنیم تا شما را در هر زمینه‌ای که دوست دارید یا هر رشته‌ای که دوست دارید، موفق شوید. مهم این است که شما به هدف خود برسید و فرد موفق‌تری نه تنها در تحصیلات بلکه در زندگی روزمره خود باشید.

شما می‌توانید از هم اکنون موفقیت خود را ببینید و از آن لذت ببرید.